

10 načina da liječite respiratorne simptome kod kuće

**Ukoliko imate visoku temperaturu, kašalj, ili otežano disanje, pozovite svog lijekara.
Moguće je da će vam lijekar reći da liječite simptome kod kuće. Slijedite ove savjete:**

1. Ostanite kod kući sve dok:

- Prošlo je namjnanje 10 dana od početka simptoma, I
- Niste imali temperaturu najmanje tri dana bez uzimanja lijekova za skidanje temperature, I
- Simptomi koje ste imali su se poboljšali.



6. Kad kašljete i kišete, pokrijte usta

papirnom maramicom i odmah bacite maramicu, ne koristite je ponovo.



2. Pažljivo pratite svoje simptome.

Ako se simptomi pogoršaju, odmah pozovite svog lijekara.



7. Ruke perite često sapunom i vodom

najmanje 20 sekundi.



3. Odmarajte se i pijte puno tečnosti.



8. Koliko god je to moguće, držite se podalje od drugih ljudi,

ostanite u posebnoj sobi i koristite zasebno kupatilo. Nosite masku za lice u blizini drugih ljudi.



4. Prije posjete lijekaru, nazovite ordinaciju i obavijestite ih ako imate ili mislite da imate COVID-19.



9. Izbjegavajte djeliti kućanske predmete sa drugima, uključujući hranu.



5. U hitnim slučajevima, pozovite 911. Obavijestite ih da imate ili mislite da imate COVID-19.



10. Sve površine koje dirate često trebali biste svakodnevno čistiti.



Odjeljenje Zdravlja i Usluga Stavnovnika Sjeverne Karoline – www.ncdhhs.gov/covid19

Pozovi 211 ili posjeti nc211.org za dodatne informacije.